

Gedachtenis-fotoboek

Het maken van een fotoboek van een overledene is een creatief, maar ook emotioneel proces. Op internet zijn diverse bedrijven die een gratis programma aanbieden waarmee een dergelijk boek gemakkelijk kan worden gemaakt.



Thema

Eeuwigheids- of Gedachteniszondag

Het maken van een fotoboek van een overledene is een creatief, maar ook emotioneel proces. Op internet zijn diverse bedrijven die een gratis programma aanbieden waarmee een dergelijk boek gemakkelijk kan worden gemaakt. Er zijn twee mogelijkheden om een gedachtenisboek te maken.

Gezamenlijk proces

Je kiest ervoor om het fotoboek samen met iemand anders of misschien zelfs met meerdere personen te maken. Samen verzamel je foto's en andere documenten: foto's, maar ook documenten (paspoort, trouwboekje, krantenartikelen, brieven, ansichtkaarten, sinterklaasgedichten etc.) komen in aanmerking. Vervolgens ga je met elkaar in gesprek over de keuze.

Dit zal een intensieve fase zijn waarin uiteenlopende herinneringen en gevoelens naar voren komen. Soms kan dit wat confronterend zijn, maar vaak is het juist verrijkend omdat ieder zijn of haar beleving heeft van een overledene. Het delen van deze gedachten en vervolgens tot een afweging komen wat wel en wat niet in het fotoboek wordt geplaatst, is een intensieve maar ook therapeutische fase. Jouw eigen beeld zal wellicht hier en daar worden bijgesteld of je hoort nieuwe aspecten die jouw beeld van de overledene verrijken.

Het samen met anderen samenstellen van een fotoboek is met name geschikt bij het verlies van ouders, broer of zus. Maar het is ook mogelijk om dit te doen bij het overlijden van een collega of verenigingslid.

Persoonlijk proces

Je doet het grotendeels alleen. Dat heeft als grote voordeel dat je jouw eigen gevoelens en herinneringen aan de overledene in het boek tot uitdrukking kunt brengen in de keuze van foto's en de bijschriften. Het is jouw boek met jouw persoonlijke herinneringen.

Allereerst is er het proces van verzamelen. Uiteraard kun je familieleden en vrienden vragen of zij materiaal hebben dat je zou mogen gebruiken. Zij zullen je daar ongetwijfeld graag mee willen helpen.

In deze fase van selecteren verdiep je je in de levensloop van de overledene. Hoe is zijn of haar geschiedenis geweest: geboorteplaats, woonplaatsen met woningen, relaties, kerkelijke momenten, werk, hobby's en vakanties.

Gedurende de periode dat je dit alles onder ogen hebt, zal de betekenis van de ander steeds meer voor je gaan leven. Dat roept herinneringen en wellicht ook emoties op, maar zo kan het samenstellen van een fotoboek een therapeutisch proces zijn waarin je het afscheid nemen van de ander doorleeft, maar ook troost vindt in dat wat de ander je nalaat.

Het persoonlijk samenstellen van een fotoboek is met name geschikt bij het verlies van een partner omdat je hierin jouw specifieke relatie beleeft en tot uitdrukking brengt.

Dit gedachtenisfotoboek is een idee van ds. Evert van der Veen. Ds. Evert van der Veen heeft zich gedurende vele jaren verdiept in verlies, afscheid en rouw. Hij schreef o.a. 'Mensen van voorbij. Leven met een verlies'. Hij is beschikbaar voor lezingen en themadiensten. Meer weten? Email: epvdveen@hotmail.com, tel. 06 – 1944 2906.

